1주차 학습

1교시 학습 키워드 – **● 현대인의 외로움 ● 사회적 존재로서의 인간 ● 인간관계라는 삶의 과제**

**● 현대사회의 특성과 인간의 심리적 외로움을 연결하여 설명할 수 있다.  
● 인간이 사회적 존재일 수밖에 없는 이유를 설명할 수 있다.  
● 우리의 삶에서 인간관계가 중요한 이유를 제시할 수 있다.**

**1. 현대인의 외로움**  
● 현대인은 외롭고 고독함  
● 현대 사회의 구조적 문제와 결합하여 심리적 고통을 일으킬 수 있음  
**2. 사회적 존재로서의 인간**  
● 인간이 인간관계가 중요한 사회적 존재인 이유  
- 선천적인 생물학적 조건에서부터 비롯됨  
**3. 인간관계라는 삶의 과제**  
● 인간관계는 사람 간의 상호작용으로 행복과 불행의 근원으로 작용함  
● 인간관계에 대한 깊은 관심, 훈련과 노력을 통해 향상 됨

2교시 학습 키워드 - **● 인간관계의 분류 ● 발달주기에 따른 인간관계 ● 의미있는 타인**

**● 인간관계에 대한 주요한 분류방식을 제시할 수 있다.  
● 발달단계에 따른 인간관계의 변화를 설명할 수 있다.  
● 삶에서 의미있는 타인의 영향력을 분석할 수 있다.  
1. 인간관계의 분류**  
● 행복과 불행을 함께 나누는 공유적 인간관계에도 호혜성 원칙과 형평성의 원칙을 따르는 교환적 관계의 규칙을 적용하려고 하기에 외로움이 생김  
**2. 발달주기에 따른 인간관계**  
● 생애 주기에 따라 다양한 사람과 다양한 인간관계를 맺으면 살아가는데, 각 단계마다 형성하게 되는 인간관계의 내용과 질이 개인의 행복과 불행을 결정  
**3. 의미 있는 타인**  
● 의미 있는 타인은 나를 지원하고 인정하며 함께 있으면 편안하고 재미있는 사람, 또는 나의 잠재력을 성장시키고 실현하도록 돕는 사람  
● 부정적인 의미에서도 의미 있는 타인이 있음

2주차 학습

1교시 학습 키워드 – **● 인생의 동반자 ● 조해리의 마음의 창 ● 성격과 인간관계 개인차**

**● 행복한 삶을 위해 4가지 인생의 동반자를 설명할 수 있다.  
● 조해리의 마음의 창을 통해 나 자신을 탐색할 수 있다.  
● 성격이 인간관계에 미치는 영향을 말할 수 있다.  
1. 인생의 동반자**  
● 인간관계를 4가지 영역인 가족 동반자, 사회적 동반자, 낭만적 동반자, 직업적 동반자로 나눌 수 있음  
● 4가지 영역 중 어느 한 영역의 인간관계가 결핍되어 있거나 불만족스러울 때, 인간은 외로움을 느낌  
**2. 조해리의 마음의 창**  
● 조해리의 마음의 창은 자기공개와 피드백의 측면에서 인간관계를 진단해 보는 방법으로 개방형, 주장형, 신중형, 고립형으로 인간관계 유형을 나눔  
**3. 성격과 인간관계 개인차**  
● 성격 5요인 이론은 성격이 외향성, 신경과민성, 개방성, 우호성, 성실성이라는 5개의 요인으로 구성  
● 모든 성격 특질은 강점과 약점의 양면성을 지니고 있기에, 자신의 성격 특성에 적합하고 자신의 성격적 강점을 발휘할 수 있는 사회적 상황과 직업을 선택하는 것이 바람직함

2교시 학습 키워드 - **● 부적응의 기준 ● 부적응적 인간관계 유형**

**● 적응적 인간관계와 부적응적 인간관계를 구분하는 기준을 말할 수 있다.  
● 부적응적 인간관계의 다양한 유형을 제시할 수 있다.**

**1. 인간관계 부적응의 기준**  
● 인간관계 속에서 느끼는 주관적인 불편감  
● 인간관계의 역기능  
● 사회문화적 규범의 일탈  
-> 부적응으로 인해 인간사회에서 갈등과 불행이 일어남  
**2. 부적응적 인간관계의 유형**  
● 인간관계 회피형  
- 경시형  
- 불안형  
● 인간관계 피상형  
- 실리형  
- 유희영  
● 인간관계 미숙형  
- 소외형  
- 반목형  
● 인간관계 탐닉형  
- 의존형  
- 지배형  
-> 인간은 누구나 부정적인 인간관계를 경험할 수 있으며, 이러한 인간관계의 부적응은 노력을 통해 개선될 수 있음

3주차 학습

1교시 학습 키워드 – **● 성격장애 ● A군 성격장애 ● B군 성격장애 ● C군 성격장애**

**● 성격장애의 의미가 무엇인지 설명할 수 있다.  
● A군 성격장애의 하위 영역과 각 특징을 설명할 수 있다.  
● B군 성격장애의 하위 영역과 각 특징을 설명할 수 있다.  
● C군 성격장애의 하위 영역과 각 특징을 설명할 수 있다.**

**1. 성격장애**  
● 성격장애  
- 성격 특성이 극단적이어서 사회적 적응에 심각한 문제를 나타내는 것임  
● 성격장애를 지닌 사람들은 극단적인 사고방식, 정서반응, 충동 조절, 대인관계 패턴이 일반적인 사회/문화적 기대를 벗어남  
**2. A군 성격장애**  
● 사회적 고립과 기이한 행동을 특징적으로 나타내는 성격적 문제를 보임  
● 분열형, 분열성, 편집성 성격장애로 구분됨  
**3. B군 성격장애**  
● 강렬한 감정과 드라마틱 행동을 특징적으로 나타내는 성격 문제임  
● 경계선, 자기애성, 연극성, 반사회성 성격장애가 이에 속함  
**4. C군 성격장애**  
● 대인관계에서 불안과 두려움을 많이 느끼며 다른 사람을 지나치게 의식하는 조심스러운 행동패턴을 보임  
● 회피성, 의존성, 강박성 성격장애가 하위 유형임

2교시 학습 키워드 - **● 우울증 ● 사회불안장애 ● 알코올장애 ● 인터넷 게임장애 ● 은둔형 외톨이 증후군 ● 신체증상장애 ● 섭식장애**

**● 우울증의 핵심증상을 설명할 수 있다.  
● 사회불안장애의 주요증상을 설명할 수 있다.  
● 알코올 장애의 주요증상을 설명할 수 있다.  
● 인터넷 게임장애의 주요증상을 설명할 수 있다.  
● 은둔형 외톨이 증후군의 주요증상을 설명할 수 있다.  
● 신체증상장애의 주요증상을 설명할 수 있다.  
● 섭식장애의 주요증상을 설명할 수 있다.**

**1. 우울증**

● 우울한 기분과 즐거움, 흥미 감소가 가장 주요한 증상

**2. 사회불안장애**

● 사회적 상황에 대한 공포가 과도하고 비합리적이라는 것을 알지만, 그 두려움을 떨쳐 버릴 수 없어서 정상적인 사회생활 영위에 어려움을 겪음

**3. 알코올 장애**

● 과도한 알코올 남용으로 인해 대인관계, 사회생활에서 어려움이 생기고 부적응을 나타냄

**4. 인터넷 게임장애**

● 과도한 인터넷 게임 몰두로 금단증상이 생겨서 학업, 직업, 대인관계 등에 현저한 부적응을 나타냄

**5. 은둔형 외톨이 증후군**

● 스스로 왕따를 자처함

● 대화를 거부하고 일상생활의 대부분을 방안에서 텔레비전이나 인터넷 등을 하며 보내기에 사회와 격리되어서 현실과 사이버세계를 혼동하는 등의 부적응을 나타냄

**6. 신체증상장애**

● 의학적인 이상 소견이 없는데도 끊임없이 신체적 이상을 호소함

● 인간관계의 갈등으로 인한 심리적 문제를 부인하고 신체적 증상에 집착함

**7. 섭식장애**

● 식사행동에 심각한 문제를 나타내는 것임

● 신경성 식욕부진증과 신경성 폭식증으로 구분됨

4주차 학습

1교시 학습 키워드 – **● 대인동기란 ● 여러 가지 대인동기 ● 대인동기의 개인차**

**● 대인동기의 의미와 기능을 말할 수 있다.  
● 인간관계를 맺도록 촉진하는 다양한 대인동기를 제시할 수 있다.  
● 대인동기의 개인차가 발생하는 이유를 설명할 수 있다.  
1. 대인 동기란**

● 대인동기

- 인간관계를 지향하게 하고 사회적 행동을 유발하는 동기

● 목표지향적 행동을 지속하고 조절하는 기능을 담당함

**2. 여러 가지 대인동기**

● 인간은 사회적 동물이기에, 다양한 동기들이 사회적 행동을 유발함

● 생물학적 동기, 의존 동기, 친화 동기, 지배 동기, 성적 동기, 공격 동기, 자기존중감과 자기정체성의 동기 등이 다른 사람과 관계를 맺고자 하는 동기로 작용함

● 여러 대인 동기 중 어떤 대인 동기가 작용하는지에 따라 대인관계의 양상이 달라질 수 있음

**3. 동기의 개인차 요인**

● 동기의 개인차를 유발하는 주요한 요인

- 선천적요인

- 욕구 충족의 경험

- 부모와의 애착경험

- 목표추구 방식에서의 차이

● 부모와의 애착 경험은 추후 성인이 되어서 인간관계를 형성하는 방식의 밑거름이 됨

2교시 학습 키워드 - **● 대인신념이란 ● 인간관계에 대한 신념 ● 자신에 대한 신념 ● 타인에 대한 신념**

**● 대인신념의 의미와 기능을 말할 수 있다  
● 인간관계에 영향을 미치는 대인신념의 주요한 내용을 설명할 수 있다.  
● 자기개념이 인간관계에 미치는 영향을 설명할 수 있다.  
● 타인에 대한 신념이 인간관계에 미치는 영향을 설명할 수 있다.**

**1. 대인신념이란**  
● 지속적으로 지니는 안정된 사고 내용으로 수많은 경험내용을 체계적으로 추상화하여 마음 깊숙이 지속적으로 지니는 심층적이고 안정된 것임  
● 새로운 인간관계 상황에 대한 기대와 예측의 근거가 되며, 자신의 새로운 경험의 의미를 해석하고 평가하는 근거가 됨  
**2. 인간관계에 대한 신념**  
● 매우 다양한 영역과 주제에 대한 믿음으로 구성되어 있음  
● 인간관계의 중요 여부에 대한 신념, 중요시 하는 인간관계의 영역, 이상적 인간관계에 대한 신념, 친밀한 인간관계를 맺는 방법에 대한 신념이 개인마다 다름  
**3. 자기에 대한 신념**  
● 자기 자신에 대한 신념 체계임  
● 자기개념은 자기에 대한 지적인 인식과 평가내용으로 구성됨  
● 인간관계 중요한 영향을 미침  
● 자기존중감의 기초가 되며 대인행동에 영향을 미침  
**4. 타인에 대한 신념**  
● 타인에 대한 심리표상(타인표상)은 대인행동에 영향을 미침  
● 일상생활에서 만나게 되는 특정한 타인에 대한 신념, 특정한 집단에 대한 신념, 인간 일반에 대한 신념으로 구분함